

جَلَالَةُ السُّلْطَانِ يَبَادِلُ الْبَرَقِيَّاتِ

مَعْ رَئِيسِ وَزَرَاءِ الْيَمَنَ

تلقى حضرة صاحب الجلالة السلطان قابوس المعلم برقيه تكريم من دولة الأستاذ عبد العزيز عبد الغني عضو مجلس لقيادة ورئيس الوزراء في الجمهورية العربية اليمنية أثر بغادره السلطة ياء فيها : صاحب الجلالة السلطان قابوس بن سعيد المعلم - مسقط بطيب لبي وانا اغادر بلكم الشقيق ان ابعث الى جلالتكم التقطة في الصفحة (٨)

نَاثِرَةُ جَمَادِيِّ الْأَوَّلِ ١٣٩٨ هـ - المُوافِقُ ١١ِ إِبْرِيلِ ١٩٧٨ مـ - العدد ٤٠٢ - الْسَّنَةُ السَّادِسَةُ - مَسَقْطٌ - سُلْطَانَةُ عُمَانٍ

OMAN, Biweekly Newspaper Muscat, Sultanate of Oman, Tuesday 11 April 1978, vol. 6, No. 403

حُكْمَانٌ

الشاعر العماني ناصر الرواحي
فليفعل شيئاً
يخصوص صحفة الـدم
ص ٣

جَلَالَةُ السُّلْطَانِ يَتَسَلَّمُ رِسَالَةً خَطْبِيَّةً مِنَ الْعَامِلِ الْأَزْدِيِّ

رَئِيسُ وَزَرَاءِ الْيَمَنِ - نَصُّ الْبَيَانِ الْعُمَانِيِّ - الْيَمَنِيِّ الْمُشْرِكِ

تشكيل لجنة وزارية مشتركة لتنسيق التعاون الثنائي الجاهزيان يؤكدان دعمهما لتجدد إعادة التضامن العربي



جلالة السلطان لدى استقباله دولة الأستاذ عبد العزيز عبد الغني

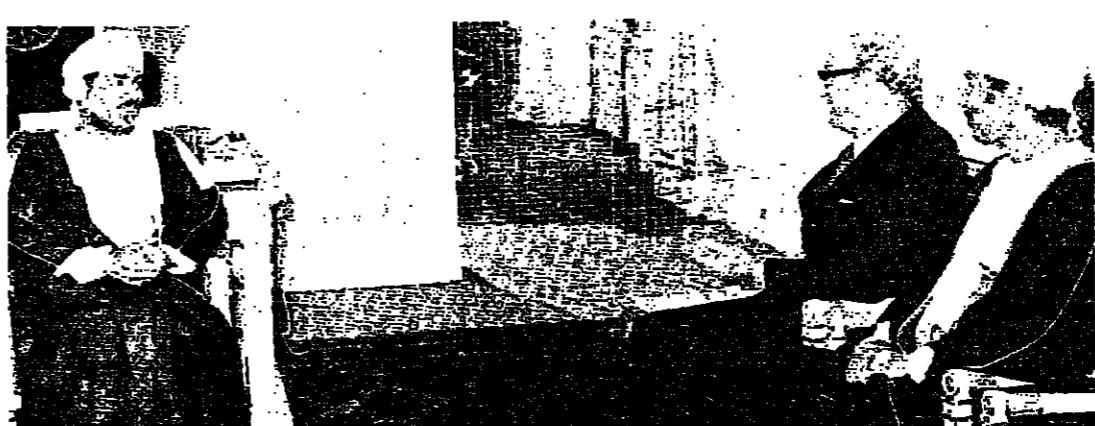
صدر في كل من مسقط وصنعاء مساء أمس في وقت واحد البيان المشترك التالي : بناء على دعوة رسمية . قام دولة عضو مجلس القيادة رئيس الوزراء فـ رئيس الجمهورية العربية اليمنية ، السيد عبد العزيز عبد الغني . برفقة وفد رسمي رفيع المستوى بزيارة سلطنة عمان في الفترة ٩ - ١٠ إبريل ١٩٧٨ ، حيث استقبله أستقبلاً أخوياً حافلاً من قبل المسؤولين العمانيين وعلى رأسهم سمو السيد ثويبي ابن شهاب ، المستشار الخاص لجلالة السلطان ومحافظ العاصمة .

وقد قام دولة عضو مجلس القيادة رئيس الوزراء اليمني ، برفقة اعضاء وفده بمقابلة حضرة صاحب الجلالة السلطان قابوس بن سعيد ، حيث سلم لجلالة رئيسه الرئيسي الذي لا تكون للأمة العربية بعونه فعاله تذكر في التغلب على التحديات التي تواجهها على مختلف الجهات وفي هذا الصدد ، أكد الجانبان دعمهما الكامل لكافة الجهود التي تبذل لاعادة التضامن ووحدة الصف العربي وبالخصوص ما يقوم بها فخامة الرئيس جعفر نميري ، رئيس جمهورية السودان اليمقراتية الشقيقة . يصفه رئيس اللجنة العربية الملكية بالسعى لتحقيق هذه الغاية .

وقد وجه دولة عضو مجلس القيادة رئيس الوزراء السيد عبد العزيز عبد الغني دعوة رسمية لأخيه سمو المستشار الخاص لجلالة السلطان ومحافظ العاصمة السيد ثويبي بن شهاب لزيارة الجمهورية العربية اليمنية . وقد قبل سموه الدعوة شاكراً على أن يحدد موعد الزيارة في وقت لاحق . وكان جلالته السلطان قابوس العظيم قد استقبل بمكتبه جلالته بقصر العظم العامر بعد ظهر أمس الاول وفداً من الوفد السوفيaticي

جَلَالَةُ السُّلْطَانِ يَسْتَقْبِلُ أَمِينَ الْجَامِعَةِ الْعَرَبِيَّةِ

رياض : جولتي تستهدف إزالة الخلافات وتحقيق التضامن



جلالة السلطان لدى استقباله للسيد محمود رياض

استقبل حضرة صاحب الجلالة السلطان قابوس المعلم في تمام الساعة الواحدة بعد ظهر أمس بقصر العلم العابر على عالي الستة شاهزاده شاهزاده ووزير الديوان السلطاني . وقد غادر معاشر عصر أمس حماس الياد عصر موسى وكان في وداعه سمو السيد ثويبي بن سعيد ووزير شؤون الديوان السلطاني وسعادة فخامة الرئيس احمد حسين

الستة شاهزاده من العامل قيس عبد الله الزواوي وزير الدولة الشؤون الخارجية . وقد غادر سعادة الامين العام لمجموعة الدول العربية الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة استقر يومين وكان في وداعه معاشر عاصي قيس الزواوي وزير الدولة للشؤون الخارجية .

وكان في زيارته الأولى للشأن العربي .

وكان في زيارته الثانية في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته الثالثة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته الرابعة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته الخامسة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته السادسة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته السابعة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته الثامنة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته التاسعة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة شاهزاده بعد زيارته للسلطنة

استقر يومين وكان في زيارته العاشرة في الـ

الستة

طبيات مدرسة "جميلة بوجريد" الثانوية وحديث عن آمال المستقبل مديرة المدرسة تقول: الطبيات العمانية محافظات على عادتهن وتقاليدهن العمانية الأصلية

ومن خلالها يتم انتخاب رئيس ونائب للرئيس وأمين السر، وغالباً ما يكون الرئيس هو والي المنطقة. ويتم في خلال هذا المجلس التنسق بين الوزار المختلطة لعمل مترافق تخدم البيئة.

اما بالنسبة للنساء ، فلن تقوم باشارة مراكز تنمية المجتمع وهناك مركزان يرسم العمل فيما بالجهد الثاني من خلال تعاون الدارسات والعاملات في المركز ودارسة تربية المجتمع.



طالبات مدرسة الظاهرة في معرض مركز التدريب والتأهيل على الخدمة الاجتماعية ونظرة الى الوضع الدراسي من الانشطة الثقافية والاجتماعية والصحية والفنية التي تبين مدى الفرق بين ما كان وبين ما هو موجود ان المستقبل يحمل معه كل خير والتفاؤل علينا جيد من قبل الطالبات . وهذه النشاطات لا تقتصر على الاتصال بالدارس ولقد ارتفع العدد من ١٥ الى ٣٣ طالبة . كما ان هناك اعداداً كبيرة من الطالبات سجلت قبل نهاية العام الدراسي الحالي.

حصصي : فاطمة غلام

وكيلة المدرسة منيرة وهي المشاركة في فضول محو المخلفة التي تمارسها الطالبات شروع تربية المجتمعات . وعن عملها كمديرة : ان الكل الوحيدة التي تصافد المدرسة لدينا يمكن في عدم تعاون البيت مع المدرسة فالارش التعليمي معدوم في المنزل . وبذلك يقع الماء عليه المدرسة ، كما ان عدم توفر الماء المناسب للطالبة في البيت يؤثر على استهانة الطالبة للماء المغزى . وتقول مريم سيف على الطالية بالصف الاول ثانوي تعقيباً على ذلك ، ان مشاكل تواجدها يقضى التي تكون في عمارتها بضرر الآباء لفترة تعلم ابنائهم وتقتول هناك مشاكل درأها تواجهها منها : ذئب وكتاب مما يطلق علينا في الدراسة ، وتقول الطالبة سعيدة سعيد بد الله لطلابها خالد الزيادة : لا سررنا كثيراً بهذه الزيارة ! انا اتحت لنا الفرصة لـ التعلم والاخرين شاركوا فيها جميعاً . وتنصي على الجميع واسباب طيبة لأخذ وفهم اما الطالبة عائشة على قات ان تتكملاً تعلمها الجاهد وتعلمه في مجال العلم .



الطالبات يتحدثن مع المدارس والمسؤولين في المعهد



اما الانسة رحمة الحربي رئيس قسم تعليم الكبار بادارة التربية في البريمي وهي مرافق للطالبات قالت عن عملي في الدائرة : ان عملي يتلخص في تعليم الكبار وهو يشمل فضول حمو الابدية في السنة الاولى والثانية الابتدائية . وتعليم الكبار من الصنف الخامس الابتدائي فما فوق . وتنمية المجتمع الذي يشمل عمل مشاريع تخدم البيئة .. فالبنية المدارس البنين تقوم بانشاء مجالس محلية . وهي مجالس شترنها فيها جميع استكمال تعليمي الجامعي واسباب طيبة لأخذ وفهم اما الطالبة عائشة على قات ان تتكملاً تعلمها الجاهد وتعلمه في مجال العلم .

مدعون لمراجعة

ديوان

شؤون

الوظائف

الوطائف

الوظائف

السُّورَ الْعَلِيُّ فِي تَصْرِيبِ سَلْطَنِ الرَّوْلَادِيِّ

يحررها من هذا الورق
الذئب وأن يحرر نفسه من
قيود التقاليل .
ويدخل الشاعر صحن تل
نفسه وتأخذه روعة بعدها
.. فيتقم اليها ويحررها من
رياحها ويتحمّل الى الجحود
فيحررها من قيوده .
وما ثبت الحسقاء ان
تمتعى بريادتها الا يرى
كالفتح وتفتح بيه عن يديه
الشرف وهي تردد ، اذا لم ت
لقائي وأحياناً وصالحت
تجدفي في بلاد الساحرات
جيال الواقع الواقع .. تناهى
اليها البحار السبعة ..
هذا تجففي في اختصاره
يا شاعر حسن .
ويغتصب الجواد بالحسقاء
هي الفخامة ويختفي في الانوثة
.. ويغتصب الشاعر حسن
بالهزال .. ثم يلتقي بمحبته
الزمان الذي يدخله علمس
الطريق ويزوده بالنماذج .
والطريق شاق عوسي ..
والعقبات مهلكة .. ولكنها
ينطلق اليها يدفعه هذا العجب
الذي علا عليه قلب ..
وبعد رحلة المحنكة
والخطاب .. انها مسؤولة
أحب اذا احب ..

الفؤاد ، أرسلت السماء الى عمان فتى بطلًا يجمع
شتات هذه الامة ويوحد كلمتها ويحقق الامال في التضاد
والوحدة ، وتعانقت الايدي وتلاحمت الاكتاف حلّت
قبابوس المدّى ، في مسيرة الخير والامال ، والفكر والعمل
وابايت عمان الزمن لنقف على قم حضارة والمدنية في
عصر الاقمار الصناعية والصواريخ .

وكان شاعرنا يرى في العلم حزام النجاة وطرق
الامل ونور الصباح ، الا ان الامر كان يختلط عليه
غيرفض علوم الدنيا مكتفيا بعلوم الدين . ولكن هذا لم
يكون منهاجا دائمًا بل كان يتلفت حوله الى العلوم كلها
بهدف الخير والصلاح :

ولا تقول علم ليس ينفعني
بكل علم يعيش العبد متقدعا
هذا يقول « بكل علم » فلا يحدد لوننا من العالم
الدينوي او الدين ولكن تعال معى الى التفاصيل :
ل الشاعر ابي مسلم قصيدة في العلم يقول فيها :
فلا يهمك يوم الحشر هندسة
ولا سؤال عن المريخ كم قطعا
 فهو هنا لا يعادى علوم الفلك والهندسة وهو المنادي
بكل علم ولكنه يفضل العلوم الدينية لانها تقيد يوم القيمة
من خلال ما يعرقه الانسان في الدنيا من الفرائض والسنن
وكل ذلك والقرآن يأمره
قل رب زيني علمًا فوق ما جمعا

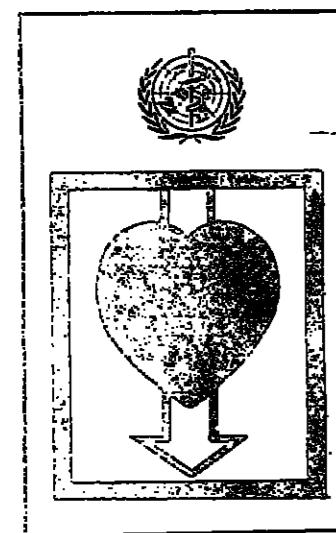
ثم يشير الشاعر قضية الاستعمال ، بعد ان حدد
مسار تلقى العلم في نقطتين هما الشمول وتفضيل علوم
السماء على علوم الأرض . هذه القضية هي : كيف
نستخدم ماتلقينا من علوم و المعارف لصالح المجتمع
ولصالح الانسانية .

ويتقل شاعرنا ببصراه على أحبابه في بلده ..
في كل منطقة من مناطق عمان الغالية .
يا ناقل العيس من عليا « بدية » حيث
اليمد الحائزون المجد قطان
خلف ورائك عزا والمضيرب والدريرن
والقابل الداسي بها الشان
وخل ابراء اعلاها واسفلها
حيث القطين ملوک الناس قحطان
فخط رحلك عنها انها يلقت
« نزوی » ، وطافت بها للمعد اركان
أي عدسة جيدة تمر في رفق على أحياء عمان
وتلتقي بالاركان المضيئة حيث الاحياب والخلان ثم تغوص
في أعماق التاريخ الى أحباب اخرين ، جعلوا من عمان
منارة الایمان والصلاح على مر العصور :
تعاقبت خلقاء الله منصبها
منذ الجلدي وختم الكل عزان
وبعد هذه السيمفونية الصاعدة في سهوات الخلود
يصاب الشاعر بالخيبة وهو يرى الغرفة في بلاد مكان
الوحدة ، والعيت في مكان الجد والتکالب على الدنيا على
حساب القيم الغالية ، فيصرخ في عصره كله :
يا قوم اهل عمان .. كم تخالفكم ؟ !
ان التفرق لا يرضاه ایمان
ويتساءل الشاعر اسئللة دامحة دامية :
اطول دهركم خوف .. مداهنة
مطامع .. حسد ياواء .. خذلان
اهذه شعب الایمان عنكم
اهكذا سنته قالت وقران
وبعد أن ودع شاعرنا العالم حزين النفس باكري

رحلتنا مع الشاعر العماني الكبير أبي مسلم هي
ة مع القلب المؤمن الذكي والروح الابية ، ومعه
خل القيم الوطنية في المعانى الدينية فاذا السماء تبد
تها الحاتمة على الارض ، و اذا الارض تسمى
حياتها الى رحاب السماء .
و هو يعاني الغربة ، ويتلوي من انتقطاع الماء
وحبي الذي يغيب على النفس من ملامسة التراب
عن ، وفي رحاب الوطن يحلو كل مرير ، ويعتبر كل
ب ، ولا تبقى في النفس من آثار الايام الا البهجة
رسولة بالرضا والهناء :
عهدي بها وتصير العيش يصحبها
والدهر رمي غفلة ، والشعب اخوان
نشأت فيها وروضاتي ومرتعي
روح القصيلة ، لا رتد وريحان
ارتفاع فيها الى خل فيه رقني
صدق وقد وقعد وعرفان
اذن فقد كان الزمان الذي تسرب من بين اصابع
شاعر وقر من تحت قدميه زمانا بهيا بهيجا ، وكان
ما صافيا وتقرايا هنينا . ولم يكن فيه ما يكدر
سفورلا ما يوجع القلب ولا ما يؤرق الفؤاد . وكانوا
غل الدهر الحتون عنه وعن صحابة ، وترك لهم لحظات
سيرة ، ولكن كيف كانوا يقصون تلك اللحظات ؟ هل هو
شباب الماجن واللهو الشيطاني ؟ وما اكثر ما ذكر
شعراء مثل تلك الذكريات منذ امرئ القيس الذي كان
شق عنزة اينة عمه شرجبيل وكان لا يحظى بالقائهما
صالها ، فانتظر ظعن الحى وتختلف عن الرجال . حتى
ما ظفت النساء سيفهن الى الغدير السمعى دارة جلجل
استخفى ، ثم اذا علم اثنين اذا وردين هذا الماء اغتصلن
ما وردت العذارى كانت عنزة قيفهن وتنضون ثيابهن
شرعن في الانغماس في الماء ظهر امرء القيس وجمع
يايدين وجلس عليهما ، ثم لا حول ولا قوة الا بالله .

فَلَنْقُلْ شِيَّاً بِخَصْوْصِ صَفَّاً

فقط: الدكتور روبرت هن



الشرياني البسيط ، التي ترعاها
منظمة الصحة العالمية بالاشتراك
مع الجمعية الدولية والاتحاد
الدولي لبحوث القلب . بتنمية
وتبادل المعلومات المتلقنة
بالدراسات الجاري اجراؤها
الآن في استراليا وأوروبا والملكة
المتحدة والولايات المتحدة
الأمريكية .

مختصر المقدم

- مرض يسبب مضاعفات خطيرة منها ضخم القلب .
 - وزارة الصحة - دائرة الصحة العامة
 - للوقاية من - ضغط الدم
 - الاعتدال في تناول الطعام والاقلال من دهون .
 - الابتعاد عن مسببات الضيق النفسي .
 - المحافظة على الوزن الطبيعي .
 - علاج التهاب الكلى .
 - قياس ضغط الدم (بصفة دورية) .
 - يوم الصحة العالمي ٧ ابريل ١٩٧٨ .
 - وزارة الصحة - دائرة الصحة العامة



ماجدوى العلاج ؟
رغم ما يحمله ضغط الدم
المرتفع من خطر المرض فانه لا
يسحب تلك بالضرورة أن
يؤدي خفضه باستعمال العقاقير
إلى خفض توافر حدوث هذه
المضاعفات . وهذا احتمال
يجب اختياره واتباته .
وقد تم أيضاً إثبات البراهين
الأولى في الحالات ذات المستوى
البالغ الارتفاع . وفي المستويات
البالغة الارتفاع . وخصوصاً
إذا كان الضغط قد ارتفع بسرعة
فانه قد تحدث احدى المضاعفات
المعروفه باسم « التضغط
الشرياني الخبيث » وهذا يعني
بساطة أن الشرايين الصغيرة
في كثير من أجزاء الجسم تبدأ
في التحلل بسبب الضغط البالغ
الارتفاع المفروض عليها . ويمكن
مشاهدة هذه التغيرات عند
فحص النسيج تحت المجهر وقد
يكون ثمة اتلاف للشبكية
والاعصاب البصرية والكلبيتين .
ويؤدي « التضغط الشرياني
الخبيث » إلى الوفاة مالم يتم
علاجه ، كما هو واضح من
التسمية .
وفي هذه الحالات الشديدة
لم تكن ثمة حاجة إلى تجرب
ضغط دقيقة لبيان مدى أهمية
خفض ضغط الدم . ومع العلاج
المناسب ، انحسار هبوط

من سى شخص صغير السن
الم يتم تحديد هذا العامل
المريض يوجه احتمال العلاج
حقائق غير النوعية طول
ترة الباقية من حياته .
وقد تم تحديد بعض الاسباب
ووعية للتضغط الشرياني .
تلاؤ قد تسبب مواقع الحمل
يؤخذة عن طريق الفم
تقاعاً ملحوظاً في ضغط الدم
بعض النساء وانخفاضاً
غيراً لدى أكثرهن . ولا يجب
غماضي عن هذا الاحتمال
نسبة لسيدة شابة ذات ضغط
مرتفع ، إذ انه من المؤكد أن
البubo تزيد من حدة التضغط
الشرياني ومن غير المنطقي
لجلة ضغط الدم مع استمرار
ذلك موضع الحمل عن طريق
أحياناً يؤدي مجرد
تناول الحبوب إلى خفض
إلى مستويات مقبولة .
وهناك مجموعة متنوعة من
ذات الكلية الأخلاقية والغدمة
طورية (فوق الكلبة) التي
لن أن تؤدي إلى الاصابة
ضغط الدم المرتفع ، ولحسن
ظرفانه يمكن علاج الكثير من
الحالات بالجراحة . ومع
فانه يجدر تكرار القوليان
تضغط الشرياني الناجم عن
يمكن تحديده ، هو أمر
الحدث .

احتدمت لسنوات معركة دينية حول مجرد تحديد هوية ضغط الشريان (فرط التوتر)، أكد البعض أن ضغط الدم يتبع مرض في حد ذاته، وأن مصابين بالتضغط الشريانى يزيدون عن غيرهم، وأنه سوانة من المحتل أن تكون هنالك رثة (جينية) مسؤولة عن هذارض - إلا أن مفرط التوتر ينون، على أية حال، فئة مقدّماتها، أما أصحاب الرأى مصاد فقد أكدوا أن ضغط الدم يتبع هو ببساطة الحد الأعلى من درج توزع عليه جميع جات الضغط، وأن بعض الناس يطرأ التقر إلى حد كبير، ضمهم نحو ضغط تم منخفض، حد يعييبيـنـما يتوزع اليـاقـونـ وهم الأكثـرـ - على مختلف طـنـ الخطـ المتـدـ بين طرقـيـ يـاسـ ، وأـنـ لا تـوـجدـ نقطـة ضـحـةـ تـقـصـلـ بينـ الـاصـحـاءـ مـصـابـينـ بـفـرـطـ التـوـترـ .

ولم تكن هذه المعركة الفكرية مـاـلـةـ اـكـادـيمـيـةـ وـلـكـنـهاـ كـانـتـ سـمـةـ بـالـنـسـبـةـ إـلـىـ هـاـتـهـيـفـ

بيان

تود وزارة المواصلات دائرة البريد والبرق والهاتف
ان تقييم المواطنين ان هيئة بريد الخليج قد اعلنت عن رغبتها
في تصميم شعار لها وفيما يلي شروط المسابقة : -

١) يكون باسم تصميم الشعار المقتنى مساحة لا تقل
عن ٢٠ - ٢٠ سم على ان يقدم تموذجين احدهما بالألوان
الارجعية ومشتقاتها ، والآخر بلون واحد وبأي لون ماعدا
الاصفر اللبيوني والابيض ، سواء بالوان الجوليشر
والألوان المائية .

٢) يجب ان يكون الشعار قابلا للتصغير في حفود
سم مع وضوح شكله كما يمكن تنفيذه على شكل ميدالية
معافية وخلاقه .

٣) تكتب عبارة (هيئة بريد الخليج) بخط يدراو يائى
أسلوب خطى ويوضع شعار الاتحاد البريدى العربى داخل
التصميم ويكون واضح المعالم .

٤) ستحتفظ الهيئة ثلاثة جوائز للتصاميم الثلاث
الأولى للفائزه .

٥) التصاميم الفائزه ملك لهيئة بريد الخليج ولم
الحق في ادخال التعديلات التي تراها مناسبة ولها ايضا
ان تحافظ بالتصاميم المقترنة من المتسابقين وعدم اعادتها
لهم .

٦) آخر موعد لتسليم التصاميم هو ١٥ ابريل ١٩٧٨
وتوسل بالبريد باسم سعادة مدير دائرة البريد والبرق
والهاتف - مسقط .

هذا وقد رصدت دائرة البريد والبرق والهاتف جائزة
إضافية للفائز الاول بالإضافة لجوائز الهيئة .

(العلاقات العامة)

في القاهرة لا فرق بين مليون حاصل من العمل

منطقة حيث أنه لا بد من تعميم التعليم وتقليل المهمات اللازمة للعمل الريبي، وأنه لا بد من اقتصاد قوى لفتح أبواب للعمل.

تقرب منظمة العمل الدولية على البلدان الأفريقية تنفيذ مشاريع إشغال عامه كبرى كبناء الطرقات الخ وتشجيع الصناعات البينية الصغيرة التي تستوجب بذاعملة عديدة.

ولكن هذا يفترض مساعدة مالية ضخمة من الدول الصناعية، ولا بد أن الدول الصناعية مستعدة لمنع هذه المساعدة بالسرعة الازمة.

(ن ١٠ بـ ٢٠)

أصبحت البطالة افة شاملة في العالم وبنوع خاص في القارة الأفريقية حيث يبلغ عدد العاطلين عن العمل رقم يكاد لا يصدق لولا أنه يفوق عن منظمة العمل الدولية، أي ٦٠ مليون نسمة !

يتمثل هذا الرقم ٤٥ بالمائة من اليد العاملة أي أن ما يكاد يعادل عامل من أصل اثنين أصبح الان عاطلاً عن العمل في أفريقيا.

معظم مؤله العاطلين عن العمل يقيمون بالريف، وسواء في الدين أو الريف إنما البطالة في نفس نوع خاص فئة الشبيهة تحت سن العشرين، فكما هي الحال في معظم البلدان النامية تدور سالة العمل في حلقة

العالم حول الشفاف

في لندن يستشهدون الحضر مدینة الشمس

افتتح في لندن معرض (الحضر مدینة الشمس) وهو أول معرض يقام لهذه المدينة العربية التي ازدهرت في القرن الأخير قبل الميلاد، والفنون الاول والثانوي الباليسيين وأشتهرت بضمودها بوجه الغزو الرومانية وبسالمة سكانها وأدعيهم في قرون الحرب المختلفة.

ويضم معرض سيرا فوتغرافية كبيرة بأبحاج مختلفة غطت جدراناً كاملة في قاعة المركز اضافة إلى نسخ جببية لأحد عشر تمثلاً حضرياً ونموج من الفنون المعبد الكبير وهو ابن مياتي المدينة.

وأصدر المركز الثقافي العراقي في لندن لهذا المناسبة كتاباً ملوناً باللغتين العربية والإنكليزية وطبع مليونين للترويج العام لمصلحة جدارياً ملوناً وزف في جميع أنحاء لندن.

وأقام المركز بالمناسبة حفلة للماثرين والصنيعين وبينهم متخصصون بالآثار العراقية والتاريخ وحضرة جمهور من أصدقاء المركز والمعنيين بالثقافة العربية.

وقد نشرت جريدة التايمز البريطانية مقالاً عن المعرض الذي عرض حتى ٢١ الجاري كما أذاعت إذاعة لندن العربية عرضاً عنه قمة البروفيسور ولد عزيز رئيس قسم الدراسات العربية في جامعة لانكستر.

صم خبراء هيئة الإذاعة البريطانية والمسموع البريطاني للهندسة الكهربائية ستوديو لتسجيل الواد التلفزيوني صوتاً وصورة بالحاسب الإلكتروني.

وقد طلت الواد المسجلة في الاستوديو الجديد الكثير من عيوب التسجيلات التلفزيونية التقليدية وطلب اتحاد الإذاعات الأوروبية تصميم استخدامه في الدول المشتركة فيه ..

سؤال يُروي تلفزيوني يكمل بالإسبانية

متحف للآثار التاريخية المائية

شتوتجارت - أشرأ تم اختياراً افتتاح معرض لمدينة العاصمة الائتمانية في العراق ان يفتتح أول مدينة إسلامية متحف للآثار التارخية في مدينة شتوتجارت بعد ان قضى الخبراء والباحثين أكثر من ثلاثة سنوات في جمع الوثائق والخلفية هارون الرشيد التي جمع فيها كتب المصور والاهي والملعون الذي كان موئعاً بالعلوم وخزانة خفيفة الدولة البربرية والوزير أبي نصر سايرور عام ٩٨١ م، وبلغ مجموع الكتب فيها عشرة آلاف مجلد.

كما تغير خزانة أبي منصور من الخزانة الهمة وتحوّل إلى خزانة أبي حنيفة التي انشئت عام ٩٥١ هـ حريرة ١٠٥١ م من الخزانة الهمة وكذلك خزانة المدرسة الظامانية والبشرى والمستنصرية التي ازدهرت في القرنين السابع والثامن الهجريين وضمت أكثر من ٤٠٠ ألف مجلد ومصنف.

افتتاح أول مدينة إسلامية للتراث ودون

العراق

أظهرت دراسة أهدتها المؤسسة العامة للآثار في بغداد افتتاح معرض لمدينة العاصمة الائتمانية في العراق ان يفتتح أول مدينة إسلامية متحف للآثار التارخية في بغداد - ٣٦ - مكبة من أشهرها خزانة بيت الحكمة من ثلاث سنوات في جمع الوثائق والخلفية هارون الرشيد التي جمع فيها كتب المصور والاهي والملعون الذي كان موئعاً بالعلوم وخزانة خفيفة الدولة البربرية والوزير أبي نصر سايرور عام ٩٨١ م، وبلغ مجموع الكتب فيها عشرة آلاف مجلد.

كما تغير خزانة أبي حنيفة التي انشئت عام ٩٥١ هـ حريرة ١٠٥١ م من الخزانة الهمة وكذلك خزانة المدرسة الظامانية والبشرى والمستنصرية التي ازدهرت في القرنين السابع والثامن الهجريين وضمت أكثر من ٤٠٠ ألف مجلد ومصنف.

ندوة الرصد الجوي

في ندوة الرصد الجوي والتي أقيمت في الجزائر وحضرها عدد من الخبراء العرب والأفارقة وبخراج عالٍ وآمن عام المنظمة الدولية للرصد الجوي، طالبت اللجنة الخاصة بتطبيقات الرصد الجوي بضرورة تبادل المعلومات حول التوقعات الجوية ودعم المصادر الخاصة بالرصد واستعمال الرادارات الجوية والاهتمام بالرصد الجوي والبحري.

كما طالبت الندوة بإعداد دراسات دقيقة عن طبيعة السحب للقيام بتجارب بشأن تكوين سحب متناغمة تحمل الأمطار لخدمة المناطق الصحراوية والهضاب بالإضافة إلى تجربة إعادة الضباب المتجمع فوق المطارات والعمل على مساعدة الأرصاد الجوية في عمليات استقلال الطائرة الشمية عن طريق التنسق بين شبكات القیاس في هذا الميدان.

أصناف محركات نقل الناس في أمريكا

مكتب بـ ٣٢٠٠

جيشه استرليني

لندن - أشرأ - بيع كي أحد مزادات لندن مكتب مصنوع من خشب الجوز يرجع تاريخه إلى عصر الملكة آن - بـ ٣٢٠٠ جيشه استرليني.

وبيعت في نفس المزاد عليه شاي صنوعة من خشب الورد بأعداد هائلة في فترة جورج الثالث بـ ٢٢٠ جيشه استرليني.

واشنطن - أعلن العلماء الأميركيين أنهم يستعدون منذ الأن لصناعة الأرصدة المتحركة التي تنقل الناس داخل الدين دون ما حاجة إلى السيارات.

وقد يبدأ العلماء في هذا تطويراً لأن تضم السكان في المدن الأمريكية الكبرى سيكون هناك والآرصدة المتحركة تستعد على تخطيط جديد للآرصدة الحالية مع رصيف أصغر يحجز بمقابل البشر بأعداد هائلة في فترة زمنية قصيرة تسبباً وسبيلاً وسيلة فعالة في عام ٢٠٠٠ جيشه استرليني.

طريقة جديدة لطاقة الأورام السطانية تبديد أخلايا بدرجة ١٩٦ تحت الصفر

يتبعها اختصاصيون يائنه قيلعها عشرة أعوام سببها سلطان الرئة فقط من سائر أنواع السرطان مجتمعة.

في الولايات المتحدة مثلاً يموت بالسرطان كل نحو ٤٠٠ ألف ونهم ٧٠ ألف يسرطان الرئة حتى لدى المرأة ميامي سلطان الرئة في السنين العشر القائمة قبل سلطان الثدي والسبب في ذلك هو انتشار عادة تدخين السجائر في الأوساط النسائية ويزداد عدد السجائر الذي يدخنها الرجال. فإن الأطباء الأميركيين يتسبون ٩٥ بالمائة من الأصابات بسرطان الرئة للدمان على التدخين.

اما معالجة الأورام السطانية فإنها قائمة اما على الجراحة او استئصال الورم والجرحية لهي مستشفى يشتادوا على الورم السطاني.

فهي الورم المجهدة يعيش في الولايات المتحدة يعيش الان منتشرة في ذلك ينتظر الان في ذات المشتشفى ستة مصابين باورام خبيثة، ربما يعود الجراحون ويتحققون في دمهم الخلايا التي استحصلوا من سائل من الازوت. فإذا عاد من ظاهراً خبيثة، ربما يعود الجراحون ويجدهما لاحقاً أن هذا الصفر اعني بالدوار المعنجه الذي سيقدر المسرطان بين سعيه وضحايا.

وكله يصيغ أهل الكثرين في الولايات المتحدة يعيش في معظم الحالات تكتفي منه الخلايا السكرية لقوية الماعنة البدينية ضد ظهور الورم السطاني.

بلغراد ٧٧

بناسبة انتهاء مؤتمر عاونان الأمن الدولي افتتح في بلغراد عرض للرسم والتحت تحت عنوان (بلغراد ٧٧).

وقدم عرض أعمال الفتيان من دول عدم تمثيل الاتجاهات الفنية الحالي في أوروبا وبعض دول العالم.

سيارة

ذات كرسى متحرك

«قرانزيت» هي أحدث انتاج شركة فورد الأمريكية للسيارات.

وهى عبارة عن سيارة من بين طوابق قوته ٧٨ حصاناً وتنتمي بانتقادها في الوقود وقليل كاليفها. كما تتميز بكرسى خاص منسق بطريقة معينة يمكن اكتشاف صاحبها في أكثر في اتجاهه غير ان المحاولة يات بالفشل ٠٠٠ لبيع السائق ويتجاوز سعر السيارة ما بين ألف والستمائة وثمانمائة دينار.

ملايين دولاً لارحلات بها أعدوا

في الثالث من شهر مارس الماضي وجد مبلغ ٤٠٠ ألف دولار في طائرته من طرز جامبو حيث التابع للخطوط الجوية السنغافورية.

ويكون هذا المبلغ من العملات الأجنبية وقد وجده أحد موظفى المطار في الطائرة التي تقوم برحلة من بين طوكيو وسنغافوره عن طريق تايبه وقرايج البوليس.

قائمة ركاب الرحمة في حادث اكتشاف صاحبها في اتجاهه غير ان المحاولة يات بالفشل ٠٠٠ لبيع السائق ويتجاوز سعر السيارة ما بين ألف والستمائة وثمانمائة دينار.

في مصر للغز الطباط الطارم ..

ما هي حقيقة الاطلاق الطائرة؟ سؤال اجاب عليه عالم بريطاني في كتابه الذي صدر مؤخراً والذي حل حالة النساء للذين يدعون انهم شاهدوا اطباقاً طائرة اكدا فيه ان هذه المشاهدات تكون في العادة من اضطرابات نفسيه من خلال استعراض عذرات التقارير الخاصة بشاهدة الاطلاق الطائرة. ابى ان اصحابها شاهدوا اطباقاً عادي تماماً. ثم دفعتهم حالاتهم النفسية الى تاويلها لاطلاق طائرة.

تأثير الآلة الحاسبة على ذكاء الطلاب ..

الآلة الحاسبة التي قد يستخدمها بعض الطلاب في حل المسائل الحسابية . سلاح ذو حدين . لأن الطالب يعتمد عليها اعتماداً كلياً في تفہی عملاته الرياضية ونتيجة لذلك يصاب الطالب بالخمول الذهني مما يؤثر على مستوى ذكائه .

وقد تأكد ذلك بعد اجراء اختبار على سبعة الاف طالب في السنة الخامسة من الدراسة في كلية التربية الرياضية وتحقيق متوسط ٣٠% في امتحانات المادتين الرياضيات والعلوم.

هذا الذي تزعمه صورة الرئيس ديسكان وشعار «يعيش الرئيس» وهو في الواقع فستان شهرة انيق تزيينه والصيف ..

أزياء تقليدية وتاريخية وكرتون

في مدينة اربيل يقتبسوا كما في عدة مدن في القوى التقليديي الخامس بكل منطقة ، ويرتدون اللباس البالى الرسام الشهير فان جوبي كما تحيط به الكتابتين يستدون الاهتمام من القاليم والماطمات . إنها فترة من التاريخ البعيد تعود إلى بداية الحياة ففي مدينة اربيل اقام تبشير الروم عمالق ومحضن ليث واعطى اوغست لهذا الاقليم تقاماً عظماً . وطلب خمسة قرون ازدهرت على ضفاف نهر الرين ، بين جبال الالب المطلة بطيقة من التلوك البيضاء ، والمرتفعات التي تتخلص منها الزرقاء ، ازدهرت حضارة اعظمية . العالم عدداً من اجمل التماضيل والتحولات الرومانية . انه جزء من هذا التاريخ الذي يخلد هذه الظاهرة القومى التقليدي

جنة عامة ووزير الدولة للشؤون الخارجية : إقامة الحفل الرياضي السنوي لشرطة عمان السلطانية فوز مدرسة تدريب الشرطة بالمركز الأول في سباق المشاة



سمو السيد فورين ثمور وكبار المدعوين في الزيارة

النهائية لكرة القدم
ومهارتها استعداداً للمشاركة في البطولات المحلية
والإقليمية والعربية .

وأضاف سموه قائلاً إن هذه الانجازات والخدمات التي تولتها الوزارة كلها ماتتتها تعتمد على مدى مشاركة رؤساء الأندية وتعاونهم مع الوزارة لتنمية برامجها وخططها وأنه ليسعى أن يقموا بذلك الجهد المكثف التشجيع شباب الأندية ليقوموا بدورهم الخالق في خدمة هذا الوطن الحبيب .

وقال: غير أنه من الأهمية يمكن أن تثير اهتمام رؤساء الأندية زيارة القاطع التالي :-

١ - إن وزارة الوزارة مهاراتها أدت من خدمات في قاصرة عن ان تفي بمحاجات الأندية وشبابها من حيث

البيئة وتأثثها وأنشاء الملاعب والمراكز والصالات الرياضية والمساعدات المالية وتطوير الأنشطة وافتتاح اللعبات الجديدة ومثل هذه الخطط تحتاج إلى المال

الوفير والوقت الطويل ، فعلى الأندية تنتهي مواردهما اعتماداً على جهودها الذاتية . وفي هذا الإقام قاتسي

افتتاح الشركات والمؤسسات والمباني والتجارب وتوسيع

اليسار في هذا البلد الطيب الكريم الذي نعمتهم تعاوناً مثالاً

إن يشاركون الوزارة في التبرعات والمساعدات المالية تشجيعاً للشباب على إداء رسالتهم الذين يدعوهن عامل المستقل وجنود الوطن الذين يدافعون عنه يسلا

وعظام وتحصي وفاء .

٢ - ضرورة المحافظة على أعلى مستويات الصيانة والتغذية في الأندية . حتى تكون مقداراً مشهراً للشباب العادي ، وبحضور توندو أن شفاعة الشباب لهم يؤمنون بهذا العمل عن طريق خدمة الذات والممارسة العملية حتى

يصبح النقام وكذا النظافة عادة يومية يتعكس أفرادها على أعمالهم في مكاتبهم ومتاجرهم ويقطفهم و مجتمعهم .

٣ - ضرورة تطبيق القوانين واللوائح التي

اصدرها جائزة السلطان قابوس المنعم ، وكذا التعلم

والتعليمات والقرارات التي تصدرها الوزارة من حين

إلى آخر تنظيمها للعمل وتنسقاً للأنشطة ، وتطوير الملايو

وأنتي أمير بروءاء الأندية إن يتعاونوا معاً

الوزارة تعاوناً وثيقاً للتمسك بالقيم والتسلق بالخلق

الرياضي والاسلامي صيانته لأخلاق شبابنا وحافظاً على

سمعة وطننا الطيبة وتقاليده العربية الأصلية .

واعرب سموه في ختام كلمته عن شكره لكل من

شجع الشباب من الأفراد والشركات والمؤسسات على

المشاركة في المسابقات الرياضية فقدم الكوادر والجواز

والميداليات التشجيعية والتذكرة التي تنتهي لفرقهم وقصلاً لواهيمهم

وارتفاع بهماراتهم استعداداً لهم على خوض غمار

البطولات المحلية والإقليمية والعربية .

واكذ سموه ثقته في أن رؤساء الأندية سيقدمون

كل عن ومساعدة لوزارة لتتقىدهم بما هما ومسؤولياتها

على الوجه الأكمل حيث إنهم أهل لأن يقودوا المواطنين

في كل مكان في المدن والقرى والأندية . ويقطعن الس

تحقيق الأهداف الثابتة التي تتشدد جميعاً لخدمة

شبابنا ووطننا تتفق توجيهات جائزة السلطان قابوس

المعلم . وعملاً يار الله السيدة في ائحة الفرصة للشباب

لأن يقرواً بيورون في التوش بالبلاد .

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته .

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

الغذاء الجيد المخوني على الروتينات والسكنيات

والتشويشات وأيضاً المواد الدريوبيدر أنه كل ذلك التدريب

المسير للغضلات يجعل اليابها أكثر مرونة وقوية

ورشاقة ..

● إلى الرياضيين .. إن أهم مقومات العضلات ..

